



JESÚS MOSTERÍN

Este prestigioso filósofo y catedrático es un acérrimo defensor de los derechos de los animales, trabajó con el insigne naturalista burgalés Félix Rodríguez de la Fuente y ahora recorre el país para presentar su nuevo libro. **Página 3 ►**



EX-COLEGIATA DE SANTA MARÍA DE BRIVIESCA

El singular edificio casi catedralicio de la capital de la Bureba, declarado Bien de Interés Cultural, está siendo restaurado por la Junta. **Páginas 6-7 ►**

LA PRIMERA VUELTA AL MUNDO

Juan Rodríguez de Fonseca dio a Burgos la oportunidad de saber lo lejos que podía llegar como comunidad urbana y social en la gesta americana **Páginas 4-5 ►**

8 9 10 11 12 13 14

DOMINGO
14 DE FEBRERO DE 1999
DIARIO PALENTINO
SUPLEMENTO SEMANAL
NÚMERO 7

EN DOMINGO

ÓSCAR NAVARRO



GENEROSIDAD PALENTINA CON SAID MOHAMED

DOS AÑOS LLEVA SAID, UN NIÑO SAHARAUI, VIVIENDO CON UNA FAMILIA PALENTINA. SE ENCUENTRA EN RÉGIMEN DE ACOGIDA, Y SU INTEGRACIÓN EN NUESTRA CIUDAD HA SIDO TOTAL. ACUDE A CLASE EN MARISTAS, Y DISFRUTA DE TODO LO QUE EN SU PAÍS SE LE NIEGA. **PÁGINAS 8 Y 9 ►**

La presentación personal de uno de los espías más famosos del cine: "Bond... James Bond" fue seleccionada como la frase más recordada del mundo del celuloide en los últimos 70 años, según el libro "Guinness Book of Film", publicado la semana pasada.

El agente 007 pronunció por primera vez estas tres palabras, que hoy son consideradas como las más famosas, en la película "Dr. No", y se han repetido en las 18 secuelas que se han realizado sobre las aventuras del espía británico.

Los editores del libro recurrieron a un panel de diez expertos en cine, que revisaron cerca de mil películas antes de tomar la decisión final.

Según la editora de la obra, Karen O'Brien "buscamos durabilidad y popularidad, y la réplica de James Bond permanece en el tiempo y es reconocida en todas partes del mundo".

La segunda frase más famosa es la de Humphrey Bogart en Casablanca (1942), donde dice: "De todos los bares, en todas las ciudades de todo el mundo, ella tenía que venir al mío" ("Of all the gin joints in all the towns in all the world, she walks into mine").

El tercer lugar le corresponde a la película que Mae West realizó en 1934 "I'm no Angel", en la que dice "no son los hombres en tu vida lo que cuenta, sino la vida que hay en tus hombres" ("It's not the men in your life that counts, it's the life in your men").

El vengador futurista Arnold Schwarzenegger se llevó la cuarta mención en el libro con su "Volveré" (I'll be back), de la película "Terminator".

Otra cita de los años 30 se la lleva Jean Harlow con su "¿te impresionaría si me pongo algo más cómodo?" ("Would you be shocked if I changed into something more comfortable?").

El sexto lugar corresponde a Tom Hanks en "Forrest Gump" cuando dice: "La vida es como una caja de bombones, nunca sabes qué vas a obtener" ("Life is a box of chocolates; you never know what you're gonna get").

La séptima frase célebre es la del cómico Groucho Marx en la película "Duck Soup" ("Sopa de ganso") de 1933: "Podría bailar contigo hasta que las vacas volvieran a casa. Mejor dicho, preferiría bailar con las vacas hasta que tú vinieras a casa" ("I could dance with you 'til the cows come home.

On second thoughts, I'd rather dance with the cows 'til you come home").

En el octavo lugar quedó la frase final de "Lo que el viento se llevó", pronunciada por el actor Clark Gable en 1939: "Francamente, querida, me importa un rábano" ("Frankly, my dear, I don't give a damn").

Robert de Niro en "Taxi driver", de 1976, ensayando gestos agresivos ante un espejo, grita: "¿Me hablas a mí?" ("Are you talking to me?"). Y ocupa por ello el noveno puesto en el libro.

El décimo lugar se lo lleva Greta Garbo, cuando en su película "Anna Christie" realizada en 1930 pide "Dame un whisky con gaseosa al lado y no seas tacaño, nene" ("Gimme a whisky with ginger ale on the side, and don't be stingy, baby").

La lista, que incluye citas de películas desde los años treinta hasta los noventa, levantará polémica no tanto por las frases escogidas sino por las que no lo fueron.

Para muchos, es un verdadero error el que se dejara fuera a Clint Eastwood con su "Go ahead, make my day" ("Adelante, hazme feliz") en "Harry el sucio".

Sin olvidar la nunca pronunciada de "Play it again, Sam" ("Tócala otra vez, Sam") de Humphrey Bogart en "Casablanca", o "May the force be with you" ("Que la fuerza sea contigo") en "La guerra de las galaxias".

"BOND, JAMES BOND"
LA FRASE MÁS CÉLEBRE EN LA HISTORIA DEL CINE

JESÚS MOSTERÍN

«LOS ANIMALES, COMO LOS NIÑOS, TIENEN DERECHOS PERO NO OBLIGACIONES»

Jesús Mosterín (Bilbao, 1941) es catedrático de la Universidad de Barcelona. Filósofo de gran prestigio, trabajó varios años con Félix Rodríguez de la Fuente.



ÉTICA Este prestigioso filósofo recorre estos días el país para presentar su nuevo libro «Viva los animales».

Acaba de publicar su libro «Viva los animales», en el que combina lo científico con lo ético; el conocimiento y los datos con las informaciones que existen sobre los animales.

Tanto en sus escritos como en sus conferencias, denuncia la crueldad que se tiene en España con estos seres vivos.

Sí, pienso que las corridas de toros, las peleas organizadas de perros y gallos, las ganaderías intensivas y la contrapasa, son claros ejemplos de la crueldad y el sufrimiento que padecen los animales. Mientras varios cantones suizos han prohibido mediante referéndum la caza, la única caza que está prohibida en toda Europa y en España, es la contrapasa, que es matar a las aves cuando van a reproducirse, en Euskadi se practica y el PNV ha obligado al Gobierno de Aznar a que aprobase una moción para que la medida no afectase al país Vasco, hecho que ha motivado que España haya sido denunciada en el Parlamento europeo.

¿Existe un catálogo de derechos de animales?

Los derechos, sean de personas o animales no se tienen por naturaleza, sino que se crean por convención jurídica. Todas las declaraciones que hasta el momento se han realizado incluyen aspectos diferentes, pero en todas ellas converge el derecho a no ser torturados. Este es un derecho universal.

En este sentido, ¿se puede decir que existe un ranking de sufrimiento en los animales?

Perfectamente, sin duda el primer lugar lo ocupan los animales de las ganaderías intensivas y dentro de este grupo los que más sufren son las gallinas. Viven amontonadas, no pueden estirar las alas, ni escarbar en la tierra, les cortan el pico para que no se muerdan unas a otras. Además están llenas de llagas y de infecciones, por eso les mezclan antibióticos en el pienso, podemos decir que su vida es un infierno.

¿Qué medidas habría que tomar para que los derechos fuesen efectivos?

Yo diría que se pueden resumir en la prohibición a los humanos de vulnerar los derechos y la obligación de hacerlos respetar y garantizarlos. Aquí los consumidores pienso que tienen mucho que decir y deberían exigir se tomasen unas medidas estrictas, sobre todo en lo concerniente a ganade-

rias intensivas. Es muy triste lo que se hace con los gansos en Francia para la producción de paté, donde se mete el grano por una máquina a través del cuello para que enferme y el hígado se inflame.

Habla usted de derechos. ¿Los animales tienen también obligaciones?

Al igual que los niños, los animales tienen derechos pero no obligaciones.

Usted defiende a los buenos cazadores como Miguel Delibes.

No defiende a ningún cazador aunque reconozco que los hay buenos y malos. Miguel es bueno ya que sólo caza especies que son muy abundantes, como el conejo. En cierta ocasión me dijo que le estaba apuntando a un ciervo pero que no le había podido disparar debido a que el ciervo le estaba mirando a los ojos.

Con Rodríguez de la Fuente vivió intensamente cuatro años.

Efectivamente fueron muy intensos ya que recorrimos todo el mundo y aunque pareciera ilógico nunca me llevó a Poza de la Sal, ni llegué a conocer a esos paisanos que siempre me elogiaba y que le habían enseñado a conocer y

«NO DEFIENDO A NINGÚN CAZADOR AUNQUE RECONOZCO QUE LOS HAY BUENOS Y MALOS, Y ENTRE LOS PRIMEROS COLOCARÍA A MIGUEL DELIBES»

amar los animales. De manera especial recorrimos África y tuve el honor de dirigir las enciclopedias de Fauna y Fauna Ibérica.

¿Cómo le definiría?

Félix era una persona enormemente dinámica y atractiva que ejercía una especie de magnetismo sobre los que estaban a su alrededor. Los que le oían hablar se quedaban con la boca abierta y las mujeres se enamoraban de él.

¿Y como científico?

Su principal labor no fue como científico, sino como divulgador. El se enteraba de las cosas que otros descubrían y las llevaba al conocimiento del público de una manera maravillosa y amena. Félix nunca se concibió a sí mismo como investigador en sentido estricto. Yo era más joven que él, por lo que ha influido mucho en mi vida y puedo decir que ha sido una de las personas que más he admirado. J.L.H.

LA PRIMERA VUELTA AL MUNDO

LUIS LÓPEZ ARAICO



SEPULCRO DE CRISTÓBAL DE HARO. El poderoso comerciante burgalés del XVI, en actitud orante, está enterrado en la iglesia de San Lesmes junto a su esposa.

UNA AVENTURA UNIVERSAL

EL 6 de septiembre de 1522 la nao Victoria, comandada por el vasco Juan Sebastián Elcano, llegó al puerto gaditano de Sanlúcar de Barrameda con 22 exhaustos tripulantes a bordo. Ellos eran los supervivientes de una larga y difícil peripecia que se había iniciado casi tres años antes y en que participaron más de quinientas personas y media docena de barcos ligados a la corona de España, en manos del rey Carlos I. Ellos habían conseguido ser los primeros en dar la vuelta al mundo.

Pero la satisfacción de ese momento no hubiera sido posible sin la participación de nombres como Cristóbal de Haro, Juan de Cartagena, Juan Rodríguez de Fonseca, Juan de



La carta de Cristóbal Colón. Mapamundi de 1492.

Aranda, Gonzalo y Juan Gómez de Espinosa, Alonso del Río y Pedro de Valpuesta. Personajes, todos ellos burgaleses, que han pasado a la historia por ayudar a hacer posible la consecución de esa hazaña.

Algunos, como el empresario y comerciante Cristóbal de Haro aportaron una importante cantidad de dinero (1.592.769 maravedíes) para que pudiera llevarse a cabo ese sueño que un día vió con claridad Magallanes, y otros, como el obispo Juan Rodríguez de Fonseca, realizaron hábiles gestiones políticas para conseguir el apoyo necesario de la corte de Castilla.

Así queda demostrado en la investigación realizada por la profesora de Historia de América de la Universidad de Bur-

gos, Adelaida Sagarra Gamazo, que ha puesto de manifiesto sus conclusiones sobre la participación burgalesa en la primera vuelta al mundo, en el libro «Burgos y el gobierno indiano: la clientela del obispo Fonseca», publicado recientemente por Caja de Burgos.

La idea de la vuelta al mundo, que significaba en realidad hacerse con el control del boyante y próspero comercio de las especias -radicado en las islas Molucas-, surgió del portugués Fernando Magallanes. Una ambición a la que también aspiraba la Corona de Castilla, de manera que se pudiera llegar a la Especería «antes que los portugueses, por occidente y sin los Colón».

Magallanes propone esta empresa a la corona portu-

sa y, ante su rechazo, se lo comunica al burgalés Cristóbal de Haro, que regentaba una de las oficinas más prósperas de la familia en Lisboa. De su mano Magallanes va a Sevilla y le cuenta su proyecto a otro burgalés, Juan de Aranda, que entonces regentaba la Casa de la Contratación de las Indias, y éste busca el apoyo político del obispo de Burgos y consejero del rey, Fonseca, que «con sus conocimientos de cartografía analiza el proyecto y ve que es viable».

«Los Haro movían muchísimo dinero por el comercio de los paños de Flandes; tenían navíos propios y marineros a su cargo, que dominaban las principales rutas comerciales», explica la profesora. Ellos tenían los barcos, los hombres y el dinero para llevar a cabo tan magna empresa.

Sin embargo, informado Carlos I, decide que, en lugar de ser un proyecto privado, se convierta en una empresa real, una decisión que tropieza con el obstáculo de la falta de dinero. Puesto Fonseca manos a la obra y ante la limitación de medios financieros para que se haga realidad, da la vuelta al planteamiento y propone al rey que la iniciativa real se lleve a cabo incorporando comerciantes concretos, que no son otros que Magallanes, Haro y sus hombres.

Como representante de la corona en el proyecto se incorpora a Juan de Cartagena, un burgalés de una de las familias más importantes y arraigadas de la ciudad formado en el gobierno municipal, que se hace cargo de la Nao San Antonio, cuya tripulación se forma con burgaleses y vascos de la confianza de Cristóbal de Haro, Fonseca y los suyos.

Con Cartagena y Magallanes como codirectores de la expedición parte del puerto de Sevilla en 1519. Pero pronto empiezan los problemas y los enfrentamientos por el liderazgo de la travesía, ya que Magallanes decide desviarse del camino inicialmente trazado y Cartagena considera que es políticamente peligroso para los intereses de la Corona castellana.

Las tensiones continúan y, según relata Sagarra en su libro, el portugués ordena prender al burgalés y lo man-



RETRATO DE JUAN RODRÍGUEZ DE FONSECA. Retrato del obispo que se conserva en la Catedral de Palencia.

tiene como prisionero, hasta decidir abandonarlo en las costas de la Patagonia el 7 de abril de 1520, junto con el clérigo

Pedro Sánchez de la Reina.

Después de estos acontecimientos, la Nao San Antonio decide desertar de la empresa

y regresa a Sevilla para contar a Fonseca lo sucedido. El obispo intenta enviar una carabela para rescatar a Juan de Car-

tagena, pero no fue posible.

Sin embargo, el viaje se vuelve de nuevo a favor de los burgaleses con la muerte repentina poco después de Magallanes en plena travesía. En la pugna por la sucesión se hace con el poder el vasco originario de Guetaria, Juan Sebastián Elcano, uno de los marineros al servicio de Cristóbal de Haro, quien logra culminar la empresa y consigue el monopolio de la ruta de las especias para sus mentores.

Un hecho del que obtienen múltiples beneficios económicos los burgaleses, así como políticos, y que llevaron a Haro a convertirse en el factor de la Casa de Contratación de la Especería de La Coruña, creada el 22 de diciembre de 1522. Un centro administrativo que centraliza la expansión económica y política de este comercio esencialmente burgalés con las Molucas y comparte el protagonismo con quien hasta ese momento había centralizado el

EL OBISPO FONSECA DIO LA OPORTUNIDAD A BURGOS DE SABER LO LEJOS QUE PODÍA LLEGAR COMO COMUNIDAD URBANA Y SOCIAL

esplendor comercial: la Casa de Contratación de Sevilla.

Todos estos acontecimientos, en los que participó activamente el obispo Fonseca, «un político eficaz y con una visión moderna y global del mundo», dieron a Burgos «la oportunidad de saber lo lejos que podía llegar, tanto como comunidad como realidad urbana y social, que abrió a los burgaleses un panorama increíble con la posibilidad de controlar todo el comercio de las especias».

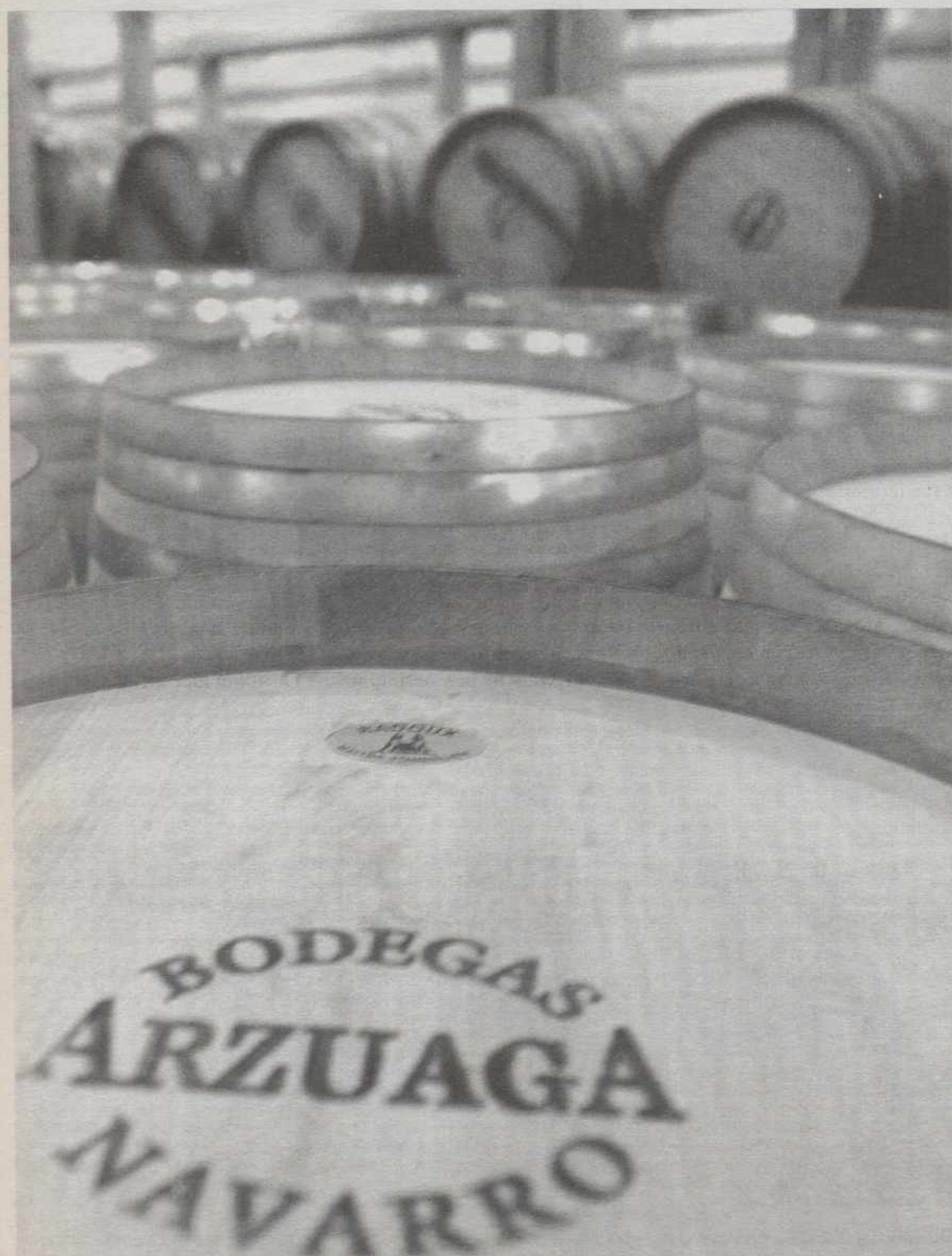
Una realidad que, desgraciadamente, no pudo desarrollarse hasta sus últimas consecuencias porque apenas nueve años después, las alianzas diplomáticas y familiares del rey Carlos I, le obligaron a vender a los portugueses las islas de las Especias y «Burgos se quedó sin ese apasionante y lucrativo negocio».

Pese a sus esfuerzos y visión de futuro se convirtió, entonces, en la gran perdedora.

AGUSTINA UREÑA

ARZUAGA, UNA MARCA QUE CONQUISTA EL MUNDO

Del tejido al vino. El camino ha sido directo, aunque ha gozado de ciertas emociones. Nadie podría afirmar cuando la familia Arzuaga Navarro compró una finca de descanso en Quintanilla de Onésimo que apenas unos años después, de esas cepas existentes en "La Planta" iba a surgir un vino que encandilaría a algunos de los más prestigiosos catadores de diversas partes del mundo. Los premios se han sucedido ininterrumpidamente, junto a otros caldos de la Ribera del Duero. Ignacio y Óscar Arzuaga son primos. Ambos son los responsables de la bodega. Ambos con 26 años tienen mucho futuro por delante



Desde Lerma a todo el mundo. Este título podría parecer pretencioso si no fuera real. Lo es, además, en varios campos empresariales. Lo que fue una fábrica de tejidos, Elipse, se ha convertido en un potente foco exportador. A eso hay que sumar las 60.000 prendas que Amaya Arzuaga vende por temporada y una facturación que asciende a mil millones anuales. Junto a ello, la familia Arzuaga Navarro ha encontrado en los últimos años en el vino un nuevo campo empresarial, que añadir al del turismo ya existente. Del éxito no son sólo responsables Florentino

Arzuaga y María Luisa Navarro o su hermano Eugenio. Sus hijos, Amaya e Ignacio no pierden el tino a la saga. Tampoco su sobrino Óscar, enólogo. Estos dos últimos pasan la mayor parte del tiempo en la finca que la familia compró en la localidad vallisoletana de Quintanilla Onésimo. Ambos cuentan con 26 años y un gran futuro por delante. Burgaleses de pura cepa, afirman con rotundidad que los viñedos de Burgos son los mejores "sobre todo porque aquí, salvo Protos, en Peñafiel, nunca ha habido cooperativas, y en Burgos desde hace más de cien años han tenido cooperativas y viñedos".

LA BODEGA

Superficie total: 140 hectáreas

Edad: 10 años (80%)
6 años (10 %)
Joven (10 %)

Variedades:

- Tinto fino (125 Has.)
- Cabernet Sauvignon (10 Has.)
- Merlot (5 Has)

Capacidad total bodega:
1 millón de litros

Superficie total bodega:
• 4.000 m². de bodega
• 1.000 m² edificio social
• 500 m². oficinas y sala de catas

PARA EXPERTOS CATA DE CRIANZA 96

VISUAL

Cereza intensa, picota.
Tonalidades amoratadas, denso.

NARIZ

Fruta madura, potente, goloso
Presenta un ligero toque de barrica, sutil, con el fondo de tostados

BOCA

Pleno y complejo. Presenta fruta y taninos blandos y muy maduros. La madera se presenta bien integrada, mejorando en reducción. Llena la boca, impregnando todo el paladar, voluptuoso y potente, carnoso.

POSTGUSTO

Recuerdo de frutas maduras.

La historia se remonta a principios de los años ochenta, cuando la familia compra una finca de descanso en Quintanilla Onésimo y en 1987 se deciden a plantar viñas "ya que aquí, al parecer, es lo único que sale" apunta Ignacio. La finca, a siete kilómetros del pueblo, cuenta actualmente con ciervos y jabalíes y un gran potencial cinegético. Es un lugar tranquilo y en él se refugian los dos primos después del trabajo diario de la bodega. Sin embargo, Lerma vuelve a convertirse en punto de encuentro a partir de los viernes, si la vendimia, las exposiciones o la venta se lo permite.

"EN LA ZONA DEL ARLANZA HAY POCAS UVAS, PERO LOS VIÑEDOS SON VIEJOS Y MUY BUENOS"

Ignacio, por otra parte, no quiere aparcarse lo que ha aprendido con sus estudios de Turismo y en verano, Ibiza, donde los Arzuaga poseen diversos negocios hoteleros, es su habitual destino. Para Óscar, sin embargo, la enología le ha abierto un campo inmenso en La Ribera del Duero. Además de primos son buenos amigos, joviales, abiertos y amantes del campo. Solos, de momento, aunque Óscar no descarta casarse en un espacio "prudencial" de tiempo.

La plantación inicial fue de

25 hectáreas "sin pensar que íbamos a llegar a todo esto". Continuaron plantando y en 1993 comenzaron a construir la bodega, al lado de la carretera que une Aranda con Valladolid, junto a "Vega Sicilia" "para ver si algo se pegaba" bromea Óscar. "Aparte de que se ve más, es más cómodo para todos", puntualiza Ignacio. No dudan en afirmar que la locomotora de la Ribera del Duero en calidad ha sido "Vega Sicilia" y "Pesquera" para popularizarlo.

Para los Arzuaga, sin embargo, Quintanilla parece ser el inicio. En Lerma ya han comenzado con pruebas, aunque todavía no han salido a la calle con el nombre de "Tierra de Arlanza". Creen que es un poco más complicado que La Ribera del Duero, pero de buena calidad "porque la zona del Arlanza todos los viñedos que tiene son viejos, que dan muy poquitas uvas, pero muy buenas. La maduración es distinta, porque hace más frío". En la Ribera del Arlanza consideran que el mayor problema que existe es que si surgen muchas bodegas, tampoco hay muchas viñas. "Es un mal momento para plantar viñas, es difícil, es complicado conseguir derechos..."

Aunque la explotación es reciente, la familia Arzuaga, hace ya bastantes años, hizo sus pinitos con el vino. "Antes en Lerma todo el mundo tenía viñas. Mi abuelo, por parte de padre, hacía sidra. Pero eso fue una época, se dejó, y no volvió la afición al vino hasta 1987". En esos momentos, aunque Ignacio y Óscar todavía andaban por el bachillerato, vieron que parte de su futuro profesional se iba a fijar en unas vides de una localidad a medio centenar de kilómetros de Valladolid. De momento, aseguran, no se han encontrado con dificultades: "hemos tenido la suerte de que los vinos de Ribera tienen mucha demanda nacional e internacional, aunque sí cuesta en viajes, promociones, etc."

Crean que hay vinos de moda, que un año "pegan muy fuerte, muy fuerte, y luego están más tranquilos, aquí en la Ribera ha habido varios casos". Para mantener la calidad de un nombre, Ignacio tiene sólo un secreto: "si has hecho bien las cosas un año, seguir haciéndolas cada año un poco mejor, para nosotros es primordial la selección de la uva, luego el cuidado de la elaboración y como llevas el vino a reserva, crianza, etc.". Para esto, cuentan con Juan Carlos Martínez, enólogo como Óscar.



MAGNUM Ignacio y Óscar Arzuaga, con sus mejores caldos.

"Cuando un año es bueno y todo va bien, es fácil ser enólogo, pero cuando comienzan los problemillas es distinto".

No son ajenos al alto precio del vino comparándolo con la Rioja. "La Ribera siempre ha sido más cara que La Rioja, si comparamos un crianza tipo Rioja o un crianza tipo Ribera, pero si te vas a vinos de reserva, los nuevos riojas cuestan más que los de aquí, que son vinos con más cuerpo, y nos están copiando el tipo en los reservas". No se consideran ni caros, ni baratos, están, a su entender, en el precio justo.

Lamentan que Burgos ciudad todavía no "cate" suficientemente los riberas. En esto poco tiene que ver con Aranda y su entorno. "Creo que Burgos, que es la provincia con más hectáreas y bodegas de Ribera del Duero, con el tiempo equilibrará el consumo con

el Rioja". "Es caro, pero es que el precio de la uva no para de subir por la demanda existente", afirma Óscar. El futuro, por otra parte, en este sentido no es muy halagüeño para

los consumidores. Cada vez hay más bodegas y se plantan menos viñedos "así no va a bajar".

Ignacio cree que para vender un vino lo menos impor-

tante son las relaciones "porque yo soy una persona sin facilidad de palabra, y vendemos el vino". Su mercado es nacional e internacional. Los países que mejor acogen el tinto Arzuaga son Puerto Rico, Alemania y Suiza, además de Estados Unidos. "En Puerto Rico están todo el día bebiendo vino -bromea-, en proporción va mejor que España el mercado" dice Óscar. "Hay gente que se gasta en su bodega quince millones al año en vino".

Satisfechos de todos sus vinos, si tuvieran que hacer una clasificación estaría liderada por Crianza 94, Reserva 94 y Crianza 95. Ahora esperan que sus clientes estén satisfechos con las 24.000 botellas que saldrán al mercado de Reserva del 95 y las 250.000 de Crianza del 96. "Los vinos, sin embargo, no se pueden comparar porque son añadas diferentes" puntualiza Óscar, quien dice, sin reparos, que el mejor vino que va a salir de sus bodegas es el Reserva del 95.

Llevar diez años pidiendo derechos de replantación y unos cuantos años que no están recibiendo ninguno. Y eso que Aznar visitó su bodega este verano con motivo de la tradicional cena que celebra en Quintanilla. "A lo mejor es por eso". El restaurante del pueblo se quedó pequeño y el PP pidió el salón de la bodega, que la familia cedió.

Pero Aznar no es el único cliente conocido de la Ribera del Duero. También Julio Iglesias. "Pero nuestra mayor publicidad es Amaya, siempre donde va, le acompaña una botella de vino. Yo que voy a todos los desfiles, con la botella debajo del brazo, ofrecemos un lunch para promocionarlo, y aunque lo tengas todo vendido hay que promocionar la marca".

I ANTONIO JOSÉ MENCÍA



QUINTANILLA ONÉSIMO La finca donde se encuentra la bodega Arzuaga Navarro es de reciente construcción.



HERMANO El joven saharauí pasa la mayor parte del día junto a su "hermano" Carlos.

ALGO MÁS QUE GENEROSIDAD

Said Mohamed Lehbeib es el único niño saharauí que se encuentra en Palencia desde hace dos años en régimen de acogida. Su integración ha sido total, acude cada día a sus clases y disfruta de todo lo que en su país se le niega dada la situación en la que viven.

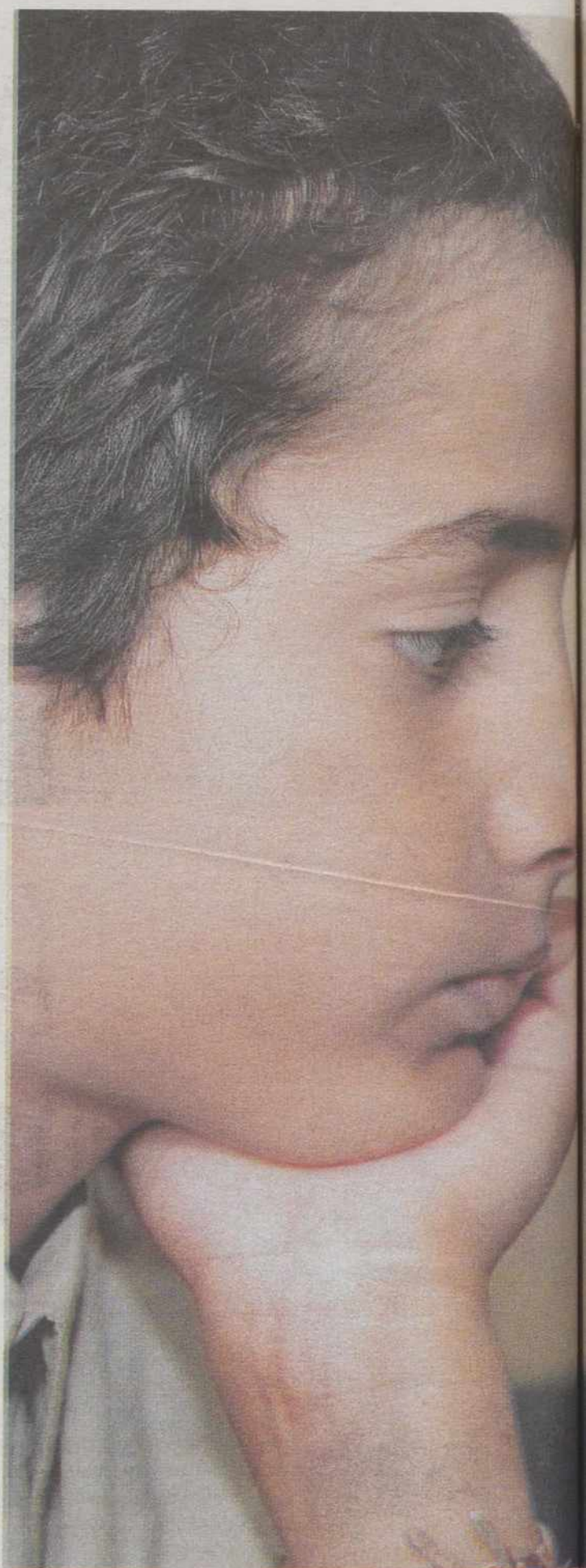
UNA bandera del Sáhara, una fotografía de su madre y una mochila con regalos fue todo el equipaje que Said Mohamed Lehbeib traía consigo desde tierras saharauíes. «Cuando bajó del autocar me recordó a esos niños de la posguerra que salen en televisión, que llegan asustados a un país extraño tan sólo con lo puesto», así recuerda Belén, la madre española de Said, la primera vez que vio al pequeño, un momento que nunca olvidará. Sin embargo aquello forma parte del recuerdo, pues Said está totalmente integrado en la familia y en la ciudad.

Said es el tercero de cuatro hermanos que residen junto a su madre en el campamento de refugiados de Tinduf en la ciudad de Asmara, perteneciente a la República Árabe del Sáhara. La situación en el campamento es muy precaria y la única manera

de comer cada día llega de manos de las ayudas que reciben de las organizaciones humanitarias. Said es el único niño saharauí que se encuentra en Palencia en régimen de acogida. Llegó el 24 de junio de 1997 junto con otros 22 niños y por problemas de salud —tiene perforación en un oído— le han permitido quedarse durante más tiempo, algo que la familia agradece pues se trata de un niño muy cariñoso y tanto "hermanos" como amigos le quieren un montón. Al principio tuvieron que entenderse por señas pero a los quince días Said no parecía el mismo, incluso el problema de las comidas quedó superado; «las primeras semanas», recuerda Belén, «se negaba a probar la carne de cerdo, pero con el tiempo ha llegado a aceptarlo y le encanta».

La familia palentina es católica practicante y desde el principio su objetivo fue que el niño

no olvidara sus raíces ni su religión. Sin embargo cuando llegó la hora de las oraciones Said se encontró con un grave problema: necesitaba arena para poder hacerlo, por lo que la única solución fue facilitársela. Cada día a las cuatro y a las nueve de la noche Said se quitaba los zapatos y con su arena rezaba a Alá. No obstante, y a medida que ha pasado el tiempo, le gusta asistir a misa los domingos y rezar cada noche con sus hermanos antes de acostarse. «He aprendido mucho de la religión católica, pero lo que más me gusta de ella», afirma Said, «es la idea de compartir». El niño se ha integrado totalmente, tanto es así que este año participó en la Cabalgata de Reyes como pastor junto con su "hermano" Carlos. Como cualquier niño de doce años a Said le encanta montar en bicicleta, los dibujos animados y en verano pegarse unos buenos chapuzones



AÑORANZA Aunque se encuentra muy a gusto en Palencia también

en las piscina de Frechilla, el pueblo donde la familia pasa la mayor parte de las vacaciones veraniegas. Sin embargo lo que más le gusta es el atletismo y el fútbol. Como representante del Club de Atletismo Maristas, el colegio donde acude cada día, ha ganado ya varios premios; en la carrera de San Silvestre, celebrada en Palencia el 31 de diciembre del 98, quedó en tercera posición y en Aguilar de Campoo resultó el segundo; «me ganan siempre los de Cantabria», señala Said con una sonrisa bonachona que le caracteriza, «pero

AUNQUE ACUDE A CLASES DIARIAMENTE COMO CUALQUIER NIÑO DE SU EDAD, RECIBE, ADemás, CLASES DE APOYO DE LENGUA Y MATEMÁTICAS COMO BASE PARA SU FUTURA FORMACIÓN

seguro que algún día que sea primero». Para ello se dedica tres días a la semana a practicar dos horas en la pista de atletismo y una hora a la semana la



COLEGIO Said posa junto a sus compañeros de clase en el colegio "Maristas".



APRENDER Muestra unas enormes ganas de aprender y el nuevo idioma no le ha supuesto mucho trabajo.



mos que pensar que en el Sáhara tiene sus raíces y su familia y que ese día llegará de manera inevitable». Said echa de menos a su madre y hermanos, aunque se encuentra muy a gusto con su nueva familia; «lo que más me gustaría es estar aquí pero con mi madre». La preocupación actual de los padres se centra en conseguir un pasaporte para Said para que pueda ir y venir a su país cuando lo desee, pues si se marchara ahora sería prácticamente imposible que le dejaran regresar; sin embargo se trata de una diligencia que les llevará bastante tiempo.

Integración absoluta

La integración de Said es total, tanto es así que está olvidando incluso el árabe; cuando habla por teléfono con su madre, que suele ser una vez cada dos meses, le resulta difícil conversar con ella y a veces le responde en español. Los padres españoles

CUANDO SAID LLEGÓ A PALENCIA PIDIÓ A SU FAMILIA ARENA PARA PODER REZAR A ALÁ; AHORA TODO HA CAMBIADO Y LE GUSTA ACUDIR A MISA LOS DOMINGOS

de Said echan de menos alguna escuela donde el niño pudiera asistir y practicar su idioma de origen, pues es una pena que lo pierda.

Cuando Said llegó al colegio Maristas fue la novedad para sus compañeros de clase; los primeros días todos deseaban preguntarle cosas sobre su país y que les contara anécdotas y aspectos acerca de su cultura; hoy día Said es uno más. Acude a las clases de sexto de primaria junto con su hermano "Carlos" que tiene su misma edad; sin embargo y

dado que su nivel es menor al del resto de los compañeros, recibe diariamente clases de apoyo de Lengua y Matemáticas como base de su futura formación. Según uno de sus profesores de apoyo, Luis Ángel Pérez, cuando llegó al colegio Said sabía sumar y restar bastante bien por lo que ahora se centran en las multiplicaciones y las divisiones. Las ganas de aprender de Said son enormes y eso facilita en gran medida su aprendizaje; asimismo los profesores del colegio piensan que el hecho de que haya un niño saharaui en las aulas es una buena oportunidad para el resto de los compañeros de convivir con un niño de otra raza y país; asimismo los profesores se encuentran encantados con Said en sus aulas y tratan de facilitarle, en la medida de lo posible, su estancia en el colegio, no sólo desde el punto de vista escolar sino también humano.

BEATRIZ ARENAS

ASOCIACIÓN DE AMIGOS DEL PUEBLO SAHARAUI

Gracias a esta Organización No Gubernamental veintitrés niños saharauis llegaron a Palencia hace dos años.

Uno de los objetivos más inmediatos de la asociación, que lleva algo más de un año en la ciudad, es poder traer a más de cien niños este verano, y para ello están trabajando en la búsqueda de financiación; para este efecto se han puesto en contacto con la Junta de Castilla y León y con los principales ayuntamientos de la provincia, además del de la ciudad, para que subvencionen el viaje a los niños.

El viaje de cada uno de ellos cuesta 65.000 pesetas. Hasta ahora las ayudas que reciben provienen de donativos de particulares.

El segundo objetivo es organizar una campaña de recogida de alimentos, una iniciativa que el año pasado tuvo mucho éxito y esperan que se repita esta vez. La campaña consiste en la recogida de todo tipo de alimentos no perecederos, ropa o medicinas que salen desde Alicante y llegan en grandes contenedores a la ciudad de Orán. Allí la organización "Media Luna Roja Saharaui" lo recoge y distribuye por los campamentos de refugiados.

Los requisitos para acoger a un niño saharaui son muy sencillos, basta con que la familia se dirija a la asociación y formule su petición. Allí se les informa sobre el significado de la acogida, la manera de comportarse con los niños o sobre aspectos más puntuales como las comidas o la religión. Una vez que los niños llegan a cualquier ciudad o pueblo de España el seguimiento de la estancia es total. Los niños vienen acompañados de monitores saharauis que sirven de apoyo no sólo a los niños sino también a las familias.

Las familias palentinas que estén interesados en tener este verano a un niño saharaui en su casa pueden ponerse en contacto con la Asociación llamando al teléfono 629 356888 o enviando una carta al apartado de correos 434 de Palencia.

DOLOR DE MUJER

El 12% de la población padece habitualmente jaquecas, una cifra lo suficientemente importante como para que se haya

puesto en marcha el Programa de Formación «Aditus» que nace con el objeto de establecer líneas de comunicación entre neurólogos, médicos de Atención Primaria y pacientes.

El prototipo de persona con jaqueca o migraña se corresponde con una mujer menor de 45 años. La incidencia de esta enfermedad es considerablemente mayor entre el colectivo femenino: De cada 10 individuos con esta dolencia, 7 son mujeres y 3 varones.

La jaqueca suele ir acompañada de otros síntomas además del fuerte dolor de cabeza: las náuseas son el trastorno

más frecuente además de la fotofobia (repulsión a la luz) y los vómitos.

Otros trastornos que aunque menos frecuentes están también asociados son la depresión, la irritabilidad o el mal humor, la anorexia, la fonofobia (repulsión a los ruidos), los vértigos y mareos y un tercio de los migrañosos que acuden a la consulta aseguran experimentar «auras» (aros o puntos luminosos) en la hora previa a padecer el dolor. La frecuencia de las crisis es muy elevada; lo más habitual es padecer una o dos al mes aunque algunos enfermos las sufren de forma más continua. También existe cierta estacionalidad. La primavera es, con diferencia, la peor época del año para algunos migrañosos y en otoño es cuando más se producen las consultas al médico.

Uno de los factores más importantes

Un 12% de la población sufre jaqueca, una patología que «prefiere» a las mujeres

LORENZO MATÍAS



Los cambios hormonales pueden ser una causa de la migraña.

que desencadenan el trastorno migrañoso es el estrés, por lo que los médicos recomiendan la relajación como medida profiláctica por excelencia y los pacientes procuran retirarse a una habitación a oscuras, descansar e incluso dormir cuando les sobreviene una crisis.

Los cambios hormonales son la segunda causa por la que se producen, lo cual guarda una estrecha relación con el hecho de que la mayoría de los afectados sean mujeres en edad fértil.

Otros factores que también predisponen son la ingestión de alcohol y el consumo de ciertos alimentos como el chocolate, los frutos secos, los quesos grasos y las especias, entre otros; las modificaciones de horarios y turnos y los cambios climáticos. En menor medida influyen el consumo de tabaco y de ciertos fármacos (especialmente ano-

vulatorios), el ruido, la música estridente y la actividad sexual.

En el tratamiento farmacológico que se aplica a los pacientes migrañosos se distingue entre jaquecas leves, moderadas o intensas y en prevención. Los «triptanes» son los fármacos más empleados en el tratamiento de las jaquecas moderadas o severas y constituyen la clase terapéutica mejor valorada tanto por el colectivo médico como por los enfermos. Para las jaquecas leves se utiliza el ácido acetilsalicílico, antiinflamatorios no esteroideos y paracetamol. De hecho, la aspirina es el medicamento más consumido y una gran parte de los migrañosos que lo toman lo hacen sin que se lo haya recetado el médico. Para la prevención los médicos usan los antagonistas del calcio y los betabloqueantes.

la llegada de la ciencia farmacéutica moderna, la hierba de San Juan fue olvidada como remedio pero en los últimos años ha empezado a utilizarse como un efectivo tónico contra la ansiedad, depresión y malestar general.

La eficacia del hipérico en el tratamiento de depresiones de gravedad leve a moderada ha sido demostrada en numerosos ensayos clínicos. La composición de ingredientes activos como la hipericina, aceites etéreos, los taninos y los flavonoles hacen de ésta una planta de un gran valor terapéutico.



El hipérico es una planta herbácea de base leñosa que procede de Euroasia y del Norte de África. Antiguamente era recomendada como remedio en el tratamiento de enfermedades infecciosas como resfriados, sífilis, tuberculosis, disentería, tos convulsiva y lombrices y también era utilizada para tratar la depresión, la ansiedad, la manía, la hipocondriasis, la fatiga y el insomnio.

Durante mucho tiempo, debido fundamentalmente a

AMARILLO ESPERANZA

ES amarilla y crece salvaje en los bordes de las carreteras y en los campos. Hace muchos siglos que se conocen sus propiedades contra el desánimo y la melancolía -lo que conocemos ahora como depresión- y otras patologías pero en los últimos tiempos se ha puesto de frenética moda para asombrar de quienes ya sabían de ella. Es el *Hypericum Perforatum* (hipérico), hierba de San Juan o corazoncillo.

EN COMPRIMIDOS

LOS FÁRMACOS CAUSAN INNUMERABLES ALERGIAS

Las reacciones adversas a medicamentos son cada vez más frecuentes en la población de los países desarrollados debido al progresivo aumento del consumo de fármacos. Por ello, los expertos no se cansan de insistir en que no se recurra a la automedicación y sólo se tomen medicamentos cuando sea estrictamente necesario y estén prescritos por el médico. Una de las alergias más frecuentes es la producida por medicamentos. Se estima que entre el 8 y el 10 por ciento de la población española está diagnosticada de reacción adversa desencadenada por el consumo de fármacos y más de la mitad de las consultas de alergia en adultos se deben a esta causa. Ante una sospecha de este tipo de alergia se debe consultar al médico y presentarle los productos que se está tomando ya que servirá de ayuda para confirmar el diagnóstico.

NUEVO MEDICAMENTO QUE REGENERA EL PULMÓN

Los efectos de un fármaco que se utiliza habitualmente para el tratamiento de la bronquitis crónica se ha revelado como un potente agente capaz de regenerar las defensas naturales de los pulmones y podría convertirse en el gran aliado de los fumadores ya que puede paliar alguno de los efectos indeseables que provoca el tabaco. La bronquitis crónica es una patología obstructiva de las vías aéreas que se caracteriza por un progresivo estrechamiento de las vías respiratorias y por la degeneración de los tejidos. Los síntomas más habituales son dificultad para respirar, tos crónica, incremento de la expectoración y pérdida de la elasticidad de los pulmones por estrechamiento de las vías respiratorias, acumulación de moco e hipertrofia de la musculatura pulmonar.

TRES AÑOS DE LA UNIDAD DE CIRUGÍA SIN SANGRE

La Unidad de Cirugía sin Sangre del Hospital del Sagrat Cor de Barcelona acaba de cumplir el tercer aniversario su puesta en funcionamiento. En este periodo de tiempo han sido intervenidos muchos pacientes de diversos sitios de España a los que creencias religiosas, opiniones éticas o incluso la desconfianza en la utilización de sangre y hemoderivados o el miedo a posibles contagios, les hacía rechazar la cirugía convencional.

LOS URÓLOGOS ESPAÑOLES, CONTENTOS CON LA VIAGRA

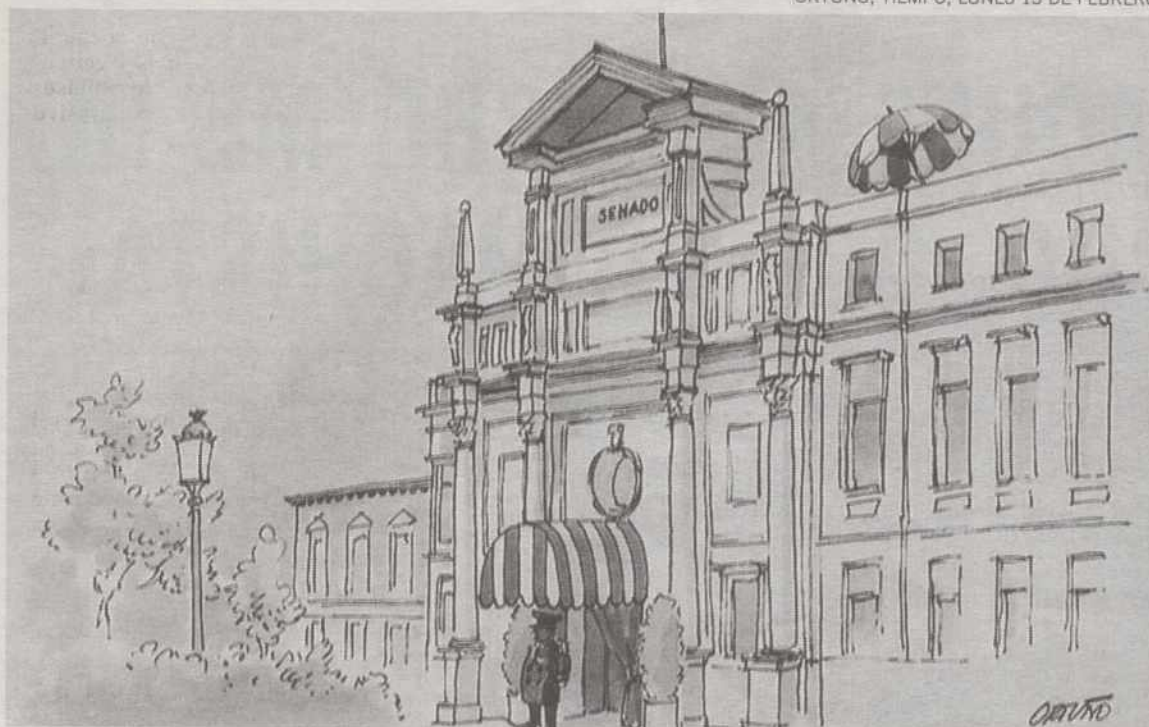
La seguridad y eficacia de Viagra han quedado avaladas por los distintos colectivos que tratan patologías asociadas a la disfunción eréctil.

Un estudio realizado en Estados Unidos demuestra que para el 92% de los médicos consultados, incluidos los de atención primaria, el fármaco ha cumplido sus expectativas en materia de seguridad. Una opinión que también corroboran los especialistas españoles.

Fernando Jiménez Cruz, presidente de la Asociación Española de Urología indicó que excluyendo a los pacientes de riesgo la seguridad que ofrece este producto es prácticamente total.

ES DE RISA

ORTUÑO, TIEMPO, LUNES 15 DE FEBRERO



JM NIETO, EL MUNDO DE CASTILLA Y LEÓN, MARTES 9 DE FEBRERO



ZULET, EL CORREO, LUNES 8 DE FEBRERO



Sabemos que disfrutas con todo lo **DEPORTIVO**,
que tienes intereses en el **CAMPO**, que defiendes la **ECOLOGÍA**,
que apoyas el **DEPORTE BASE**, que sigues de cerca el **FÚTBOL BASE**,
que te apasiona el **CINE**, que estás al día del mundo del **MOTOR**,
que necesitas la **GUÍA DEL INVERSOR**, que no te pierdes **EL DOMINICAL**,
que tienes más tiempo **EN DOMINGO...**

Suplementos



PORQUE SABEMOS QUE PALENCIA TE INTERESA

Lunes **DEPORTIVO** y **CAMPO**, martes **ECOLOGÍA**, miércoles **DEPORTE BASE**, jueves **FÚTBOL BASE**, viernes **CINE**, sábado **MOTOR**, domingo **GUÍA DEL INVERSOR**, **EL DOMINICAL** y **EN DOMINGO**.

MIGUEL BOSÉ

«CON TANTOS ATAQUES AL MACHO ME HE VUELTO MÁS MACHO, QUE NO MACHISTA»

Lleva más de un año poniendo en marcha un programa musical de gran calidad, «Séptimo de caballería» (TVE-1), al que han acudido y seguirán llegando estrellas españolas e internacionales. Como todo proyecto en el que se embarca, Miguel Bosé trabaja concienzudamente, con mucha exigencia y más de 80 colaboradores detrás en los estudios de «El Álamo», convertidos en un burbuja donde Bosé y su equipo generan música en directo.

Se siente a gusto como para realizar otra tanda de programas, además de los 13 firmados.

Durante las siguientes semanas tiene previsto traer otros nombres de talla, como Whitney Houston, Elton John o Bruce Willis. Y entre los artistas españoles que presentarán en el programa sus nuevos álbumes se encuentran Víctor Manuel, Rosario o Pedro Guerra.

Por su parte, Bosé trabaja en un nuevo álbum propio que grabará en verano. Sigue siendo un hombre inteligente y de gran personalidad.

¿Con todos estos artistas en el escenario no le dan ganas de salir a la palestra?

Estoy haciendo y generando música. En esta etapa quiero que el programa se abra a la presencia de la música en otros espectáculos como la danza, el cine o las bandas sonoras e ir más allá del pop y del rock. Estoy contento, pero sí, tengo mono, aunque tardaré alrededor de un año en subirme al escenario con mi música. Este verano grabaré nuevo LP inédito y la gira, que no empezaría antes de enero del 2000, se iniciaría en América Latina.

¿Le da tiempo para trabajar en el programa y componer su nuevo disco?

El tiempo es una noción muy elástica. Menos haces, menos tiempo tienes y más te aburres. A más actividad, más tiempo tienes, aunque en realidad ocupes todo el día en determinada actividad.

¿Ha dejado el cine aparcado?

Entrevista a Miguel Bosé, actor, cantante y responsable del programa de TVE-1 «Séptimo de caballería». Este verano grabará un nuevo disco.



APASIONADO Miguel Bosé afirma entregarse por completo en cada proyecto en el que se embarca.

«TUVE LA CRISIS DE LOS 40. ECHO DE MENOS NO PODER VOLVER A ATACAR LA VIDA CON LA CABEZA Y LA EXPERIENCIA DE LOS 40 AÑOS»

El cine español funciona conmigo de forma poco usual. Sólo piensan en mí para proyectos o personajes muy especiales, porque tienen una imagen musical sobre mí más fuerte que en otros países. En Francia, que es un bastión poco conquistable para mi música, sí me llaman para distintos proyectos interesantes y he tenido títulos de éxito (entre otras películas intervino en «La reina Margot» al lado de Isabel Adjani o «Felpudo maldito»). Por otro lado, ayuda el hecho de que sea trilingüe. Tengo muchas ofertas en España pero, gracias a Dios, no dependo sólo del cine.

¿Lleva bien el paso del tiempo o le produce algún vértigo?

No. Iba a decir una tontería, que los hombres, lo llevamos mejor, pero tampoco es verdad porque me asaltan a la cabeza miles de ejemplos de amigas que se reencuentran con mucha felicidad con cada hora de vida. En este terreno tiene todo que ver la curiosidad y el entusiasmo que tengas respecto a lo que te rodea. Uno siente que el tiempo pasa cuando nota que se vacía lo que tiene alrededor y va perdiendo ilusión. A mí no me ocurre.

¿Entonces no hubo crisis al cumplir los 40 años?

Sí, la tuve. Me dije: ¡coño!, ¿cómo no he nacido con 40 años? Lo único que echo de menos es no poder volver a atacar la emprendida de carrera y la vida con la experiencia y la cabeza de los 40 años. Además, no se puede generalizar con esto de las crisis y marcar una fecha. Hay quien tiene una crisis vital con veintitantos, hay quien no las tiene nunca y también los que viven una crisis diaria. Como decíamos antes, si tienes actividad, si

eres curioso, te planteas crecer todos los días y vas ampliando espectro de vida no tienes tiempo de tener crisis.

¿La seducción cambia o tiene que ver con el paso del tiempo?

Son necesidades y agentes externos los que provocan que surja el juego de la seducción. Lo que ocurre es que la seducción es un ritual donde hay que poner mucha energía y según va pasando el tiempo te da más pereza. Y, con independencia de estas consideraciones, a veces lo generas o surge.

Sí, porque usted sigue siendo un seductor. ¿No se lo reconoce?

(Levanta intermitentemente las cejas y sonríe en un guiño cómplice). No me lo reconozco, pero me encanta.

¿Qué le seduce de los demás?

Los defectos, que es lo que más caracteriza a las personas; la inteligencia, la brillantez, el sentido del humor, la ironía, la belleza.

Han transcurrido bastantes años después del episodio surgido en el ámbito de la prensa del corazón, cuando se especuló sobre una

supuesta enfermedad de Miguel Bosé. Escasamente le captan fotos o reportajes en las revistas del color. ¿Es porque ha creado una barrera o circunstancias de la moda?

Yo creo que no se acercan por peligrosidad. Un buen día vieron las consecuencias. En este sentido, reivindico la Constitución, el derecho a la intimidad, a diseñar mi vida y a que se me respete. Ahora bien, hay quien plantea su vida siendo cómplice de determinados medios y acaba por no ser buscando, mientras que tiene más morbo el que no quiere salir.

¿Aquél episodio dejó huella, le dolió?

Dolerme no. Me encabroné muchísimo y no voy a hablar más de ello.

¿El macho machista está en extinción o prosigue con las nuevas generaciones?

Voy a ser tierno con ellos. Todo el mundo quiere extinguir al macho y lo ataca, como ataca a la prostituta, a la feminista o al ama de casa. Tiene que existir un equilibrio en todo. Es un pecado de intolerancia tratar de acabar con una especie. No hay más que perseguir algo como para que se potencie. Con tantos ataques al macho, a lo mejor clandestinamente me he vuelto más, más macho, no machista, en algunos aspectos. Cuando desaparezcan los vamos a echar de menos, como a las ballenas.

¿Cómo ha evolucionado políticamente?

Me encuentro ahora en un lugar de desencanto tremendo llamado playa.

¿Desencantado del PSOE?

No he dicho eso, me refiero a la política. Yo soy fiel, soy de Real Madrid a pesar de que pierda las Ligas. Hay momentos malos y buenos. Pero no soy un traidor y muchos menos un chaquetero. Y, sobre todo, soy demócrata. Como digo, milito como madridista pero, como me gusta el fútbol, cuando hay un buen partido del Barça, o del Celta, lo disfruto. MERCEDES RODRÍGUEZ

TURNO DE NOCHE

Mientras duermes, todas las piezas de la máquina humana descansan, excepto la piel. Por la noche, inicia una fase activa de renovación, trabaja el doble para reparar los desgastes y eliminar toxinas. Una ayuda indispensable son los tratamientos nocturnos específicos para cada edad y tipo de cutis. De una buena elección dependerá que nuestra piel concilie bien sueño.

¿Por qué no se puede emplear una crema de noche para el día o una de día para la noche? Cada una cubre una función concreta. Las cremas de día son principalmente hidratantes y protectoras frente a los agentes externos, mientras que las de noche están concebidas para regenerar, nutrir y reparar los daños sufridos durante la jornada.

Cuando el cuerpo, el espíritu, los nervios y los músculos reposan, el organismo sigue trabajando. Durante la noche cuando todo está tranquilo, es el momento en el que la piel reconstruye sus funciones esenciales, siguiendo puntualmente su propio ritmo biológico.

Todo nuestro organismo está programado para recuperar fuerzas durante la noche y preparar el amanecer cotidiano. Se sabe, por ejemplo, que las células se reproducen en mayor cantidad y más activamente durante la noche (exactamente, ocho veces más a la una de la madrugada que a las doce del mediodía). En la oscuridad nocturna y al abrigo de las agresiones externas, la piel realiza una intensa actividad de regeneración y reparación. Beneficiándose de esta hiperactividad, las células proliferan y se dividen para reconstruir la capa córnea, es decir, la barrera de protección de la piel que frena las agresiones e impide que se dañen las capas profundas de las epidermis.

Desterrar falsas creencias

Sin embargo, a pesar de todos los conocimientos que se tiene sobre la existencia de los ritmos biológicos del organismo, todavía hay muchas mujeres que dudan aún de la conveniencia de ponerse una crema durante la noche, alegando la antigua y falsa creencia de que cualquier producto nocturno impide respirar la piel. Nada más lejos

Una crema hidratante de noche ayuda a renovar la piel mientras el cuerpo descansa.



INDISPENSABLES Las cremas de noche están pensadas para regenerar y nutrir la piel.

de la realidad: dermatólogos y cosmólogos están de acuerdo en afirmar que es necesaria una crema de noche, ya que es durante el sueño cuando se ponen en marcha los mecanismos de recuperación del organismo, incluidos los de la piel. Estos productos nocturnos ayudan a reparar las múltiples agresiones que sufre la epidermis durante el día (rayos solares, polución, cansancio, tabaco) y que son los principales

responsables de los cutis átonos y de la aparición de arrugas.

Es, por tanto, durante la noche cuando la piel recarga sus baterías. El precursor en los tratamientos específicos nocturnos es «Night repair», de Estée Lauder, un serum que actúa directamente en el corazón de las células y repara todas las agresiones padecidas durante el día; actualizado y reformulado con el nombre de «Advanced Night

Repair», este fluido de fórmula elaboradísima y alta concentración ayuda afectivamente en la reconstrucción de las células.

El reloj cosmético

«Cada cosa a su tiempo» apunta un dicho popular cargado de sabiduría y prudencia que se puede aplicar a todas las facetas de la vida, incluso a la cosmética. Cada momento del día tiene unas necesidades y unas carencias, ya que el organismo, incluida la piel, tiene puntos altos y otros de bajo rendimiento. Estas subidas y bajadas son los ritmos biológicos, y a su estudio se dedica una disciplina científica llamada cronobiología.

Todas las células del cuerpo son también sensibles a los ritmos biológicos: como su energía es limitada, deben programarse. Las células de la epidermis son las que más sufren los cambios, ya que durante el día deben protegerse y durante la noche, regenerarse. A partir de estas observaciones experimentales la cronobiología descubrió un interesante e ilimitado campo para aplicar sus conocimientos: la cronocosmética. Pioneros en esta especialidad científica, los laboratorios Clarins lanzaron «Multi-Regenerante Nuit». La innovación de esta magnífica crema de noche es la noctoferina, una proteína natural que capta y neutraliza el hierro para evitar las reacciones de oxidación nocturna. Previene la formación de radicales libres y detiene el proceso de envejecimiento. Al despertarse, el rostro quedará flexible, uniforme y luminoso. Dos fórmulas. Para todas las pieles y para pieles secas. «Retinol Concentré Pur, Tratamiento Nocturno Antiarrugas» de Roc -en 1997 su Retinol Activ Pur fue galardonado en España en dos ocasiones por un jurado de especialistas en belleza-. Así como el «Retino Bio-Vegetal» de Yves Rocher. La crema que acaba de lanzar Neutrogena se llama «Cuidado Reparador de Noche y Día con Retinol y Multivitaminas». Esta crema ayuda a corregir el envejecimiento prematuro causado por las radiaciones solares UV mejorando la firmeza de la piel.

LIDIA RIVERA

Sabemos que sigues de cerca el

fútbol base

Todos los jueves, suplemento especial de Diario Palentino: El Día del Fútbol Base. La actualidad en los campeonatos de fútbol de los más pequeños.



DIARIO PALENTINO
SUMA Y SIGUE



LIMPIEZA El disponer de recipientes separados y el buen uso de éstos ayuda al reciclaje y a la economía de la limpieza urbana.

ECOINDUSTRIA, UN SECTOR CON FUTURO

La industria de reciclaje, depuración y tratamiento de residuos, aguas y aire conllevará en los próximos años en España inversiones millonarias y la creación de miles de puestos de trabajo. Además, supondrá mejoras en el medio ambiente.

En las próximas semanas se celebrarán las dos ferias de tecnologías y sistemas medioambientales más importantes de nuestro país. PRO-MA, en Bilbao, -del 23 al 26 de febrero- y ECOMED, en Barcelona -entre el 19 y el 23 de marzo-, presentarán las últimas innovaciones tecnológicas en este pujante sector llamado «ecoindustria».

Al parecer, los problemas relacionados con el agua y con los residuos son los que encuentran mejores soluciones y los que están concentrando las mayores inversiones medioambientales en nuestro país.

Proteger el patrimonio natural se ha convertido en una obsesión para las administraciones públicas, organizaciones sociales e, incluso, empresas de todo el mundo desarrollado y, por ello, el mercado medioambiental (los productos y sistemas que reducen determinados problemas ecológicos) es cada vez mayor.

Prueba de ello son los ocho billones de pesetas que, según la Agencia Europea del Medio Ambiente, habrá de invertir

España si quiere cumplir las normativas ambientales de la Unión Europea de aquí al año 2010, lo cual representa un ritmo inversor de 700.000 millones de pesetas anuales.

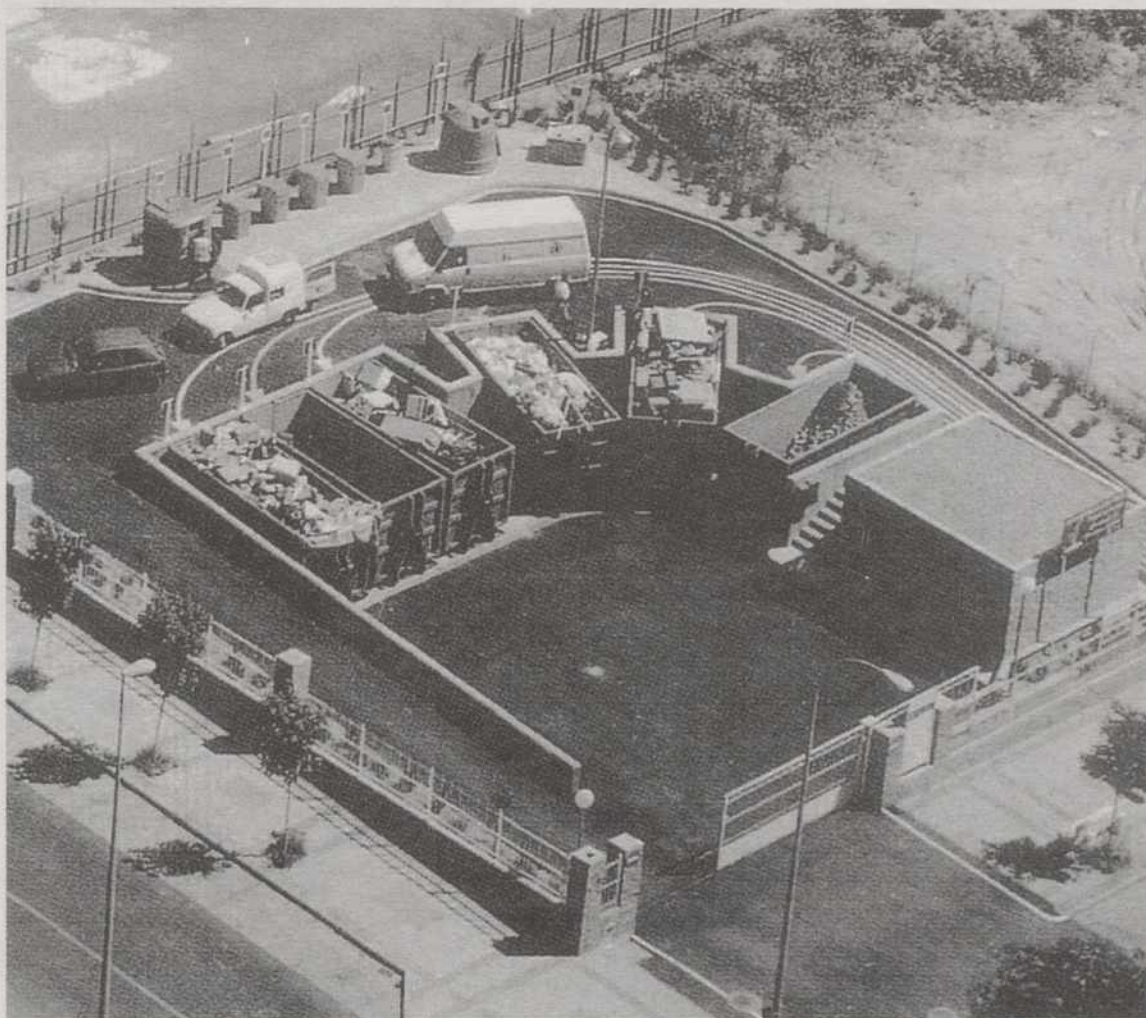
Y lo que es más importante: hasta el año 2001 se prevé que el sector genere medio millón de empleos sólo en nuestro país.

Y no sólo en España. Según datos de la Agrupación Cluster de Industrias del Medio Ambiente (ACLIMA), el mercado mundial del medio ambiente genera una inversión anual de más de 220 billones de dólares. En la Unión Europea esta cifra alcanza los 50.000 millones de euros anuales.

Sectores «consolidados»

«En España tenemos un sector industrial medioambiental muy consolidado en temas de agua -concreta Gonzalo Sanz, director de ECOMED-, principalmente debido a que se han hecho grandes inversiones en plantas de tratamiento o depuración».

Pero también se está avanzando en otros campos donde acumulamos un gran retraso



PUNTO LIMPIO Cada día son más las ciudades que ponen en marcha puntos separadores de basuras.

ALBERTO RODRIGO

con respecto a nuestros vecinos europeos. «En estos últimos años hemos visto un avance muy importante en el tratamiento de residuos industriales y de residuos sólidos urbanos. En estos dos últimos años hemos visto consolidarse la tendencia de hacer vertederos cada vez más tecnificados y avanzados tecnológicamente, y cada vez menos agresivos con su entorno».

Entre los sectores que

DE AQUÍ AL 2010 EN ESPAÑA SE TENDRÁN QUE INVERTIR UNOS 8 BILLONES DE PESETAS EN ESTE SECTOR PARA CUMPLIR LAS NORMATIVAS COMUNITARIAS

expondrán sus últimas novedades en el salón ECOMED, y que concentrarán sin duda las inversiones medioambientales de los próximos años, destacan, además de los relacionados con el agua y con los residuos, los de contaminación del aire, limpieza urbana, energía y ruido.

«ECOMED POLLUTEC —confirma su director— reunirá dos sectores clave, que son los que hoy en día reciben más inversión y los que generan el mayor volumen de negocio: los residuos sólidos urbanos y el tratamiento de aguas residua-



INVERSIONES Cada día son más necesarias y cuantiosas.

les». «Hay otros sectores —continúa— que están adquiriendo cada vez más importancia y que tendrán una presencia significativa en el salón, como son los de prevención de la contaminación atmosférica, prevención de la contaminación acústica y generación de energías renovables.

Otros sectores emergentes y con un futuro prometedor,

como la descontaminación de suelos o el reciclaje de materiales de la construcción, también estarán representados».

Novedades en PROMA

No muy distintos son los sectores que expondrán sus novedades en PROMA, la feria pionera en España de la «ecoindustria»: tratamiento de aguas, contaminación del aire,



DEPURAR La depuración de las aguas residuales, vital para los ríos.

tratamiento de residuos sólidos, limpieza urbana e industrial, protección del medio ambiente marino, ruido, energías, e higiene industrial.

La especialización en estos sectores no es casual; según datos de la Feria de Bilbao, los visitantes de las últimas ediciones se han interesado preferentemente por el tratamiento de aguas (17,7% del total), el tratamiento de residuos sólidos (14,9%), la ingeniería del medio ambiente (10,9%), la contaminación del aire (7,7%) y las energías (4,2%).

Por aquí van precisamente las mejores tecnologías en el campo ambiental y, por tanto, los problemas ecológicos en los que más estamos avanzando en nuestro país.

«¿Qué puede esperar la sociedad española del sector ambiental?, se pregunta Juan Garaiurrebaso, director de la Feria Internacional de Bilbao. Que siga renovando sus impulsos y esfuerzos para lograr la mejora de nuestro hábitat, equiparándonos a nuestros vecinos europeos no sólo a nivel económico sino ecológico y medioambiental.

Así pues, además de inversiones y empleos, esta industria permitirá frenar el deterioro del medio ambiente, que cada día cuenta con más enemigos.

RAFAEL CARRASCO

BARCELONA, CAPITAL DE LA ECOLOGÍA URBANA

Coincidiendo con ECOMED POLLUTEC, y en el mismo recinto del Palacio de Congresos barcelonés, se celebrarán los congresos de IULA y METROPOLIS, las dos organizaciones de entidades locales más importantes del mundo.

IULA (Unión Internacional de Autoridades Locales, en sus siglas inglesas) agrupa a más de 100.000 ayuntamientos de todo el planeta y, por su parte, METROPOLIS (Asociación Mundial de las Grandes Metrópolis), reúne a las 60 ciudades más grandes del mundo.

Ambos congresos tratarán los problemas y el futuro de las ciudades para hacerlas más habitables desde un punto de vista ecológico.

Según las previsiones de la organización, ambos eventos congregarán a más de 2.800 representantes de administraciones locales y regionales, que, además de debatir sobre ecología urbana, tendrán la oportunidad de contactar con un gran número de empresarios e industriales del sector ambiental.

El objetivo final, hacer nuestras ciudades más sanas y menos contaminantes.



"COLGADOS" DEL MÓVIL

Como ocurrió con la televisión, ahora lo que de verdad se estila es el teléfono móvil y uno tiene la sensación, que no el susodicho aparato, de que todo aquel que carece de tamaño ingenio de la comunicación oral ha perdido el tren de la modernidad o, peor aún, está más tieso que Carpanta en Cuaresma. Y es que en esta vida todo responde a un móvil.